

TO RUANGGURU REG #03

@najmn0_

Pemahaman Bacaan & Menulis

Teks untuk soal no 1-4

(1) Perfeksionis sering kali menetapkan standar yang sangat tinggi terhadap dirinya sendiri. (2) Sikap ini mendorong mereka untuk bekerja keras dan tidak mudah puas dengan hasil yang dicapai. (3) Namun, dibalik dorongan yang menuntut segala sesuatu selalu sempurna tersebut, tersimpan kemungkinan [...]. (4) Tuntutan berlebihan pada diri sendiri dapat menimbulkan kecemasan, rasa bersalah, bahkan depresi jika hasil tidak sesuai dengan ekspektasi. (5) Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perfeksionisme yang ekstrem berkorelasi dengan meningkatnya risiko gangguan obsesif-kompulsif dan *burnout*. (6) Meski demikian, perfeksionis tidak selalu berdampak negatif karena pada tingkat tertentu dapat memotivasi seseorang untuk lebih disiplin dan terorganisasi. (7) Oleh karena itu, keseimbangan dalam menerapkan sikap yang menuntut kesempurnaan itu menjadi kunci agar kesehatan mental tetap terjaga.

1. Penggunaan kata yang tidak tepat terdapat pada kalimat nomor
 - A. (1)
 - B. (4)
 - C. (5)
 - D. (6)
 - E. (7)
2. Penulisan kata yang tidak bebas dari kesalahan adalah kalimat..(soal isian)
 - B. dorongan berlebihan yang justru membuat seseorang bekerja makin keras tanpa henti
 - C. risiko terjadinya konflik sosial akibat standar yang tidak realistik terhadap orang lain
 - D. tuntutan internal yang tampak wajar tetapi berujung pada rasa puas semu
 - E. tekanan psikologis yang besar
3. Pernyataan yang paling tepat untuk melengkapi kalimat (3) adalah
 - A. tuntutan berkembangnya daya saing yang tinggi dalam berbagai aspek kehidupan
 - B. Tuntutan berlebihan.
 - C. Tuntutan menimbulkan kecemasan.
 - D. Jika hasil sesuai dengan ekspektasi.
 - E. Tuntutan menimbulkan kecemasan, rasa bersalah, bahkan depresi.
4. Manakah kalimat inti yang paling tepat dari anak kalimat (4)?
 - A. Tuntutan berlebihan.
 - B. Hasil sesuai.
 - C. Tuntutan menimbulkan kecemasan.
 - D. Jika hasil sesuai dengan ekspektasi.
 - E. Tuntutan menimbulkan kecemasan, rasa bersalah, bahkan depresi.

Teks untuk soal no 5-7

(1) Air mata yang muncul karena respons emosional memiliki kandungan yang berbeda dengan air mata biasa. (2) Saat seseorang menangis karena kesedihan, kebahagiaan, atau rasa haru, kelenjar air mata memproduksi cairan yang lebih kompleks. (3) Kandungan air mata emosional biasanya meliputi hormon stres, seperti kortisol, yang membantu menurunkan ketegangan psikologis. (4) Selain itu, air mata ini juga mengandung zat endorfin yang dapat berefek menenangkan setelah seseorang menangis. (5) Oleh sebab itu, menangis tidak hanya berfungsi sebagai ekspresi emosional, tetapi juga berfungsi sebagai mekanisme alami tubuh untuk menjaga keseimbangan mental. (6) Dengan kata lain, air mata emosional berperan penting dalam meredakan beban perasaan seseorang.

(7) Sementara itu, air mata biasa lebih banyak berfungsi secara biologis untuk menjaga kesehatan mata. (8) Air mata yang keluar ketika berkedip, misalnya, berperan melumasi permukaan mata agar mata tetap lembap. (9) Air mata refleks, seperti saat mata kita terkena bawang atau debu, juga berkandungan enzim antibakteri sehingga terlindunginya mata dari zat berbahaya. (10) Fungsi utama air mata biasa adalah menjaga mata tetap jernih agar penglihatan optimal. (11) Dengan demikian, perbedaan mendasar antara air mata emosional dan air mata biasa terletak pada tujuan fisiologis dan psikologis yang dikandungnya.

5. Kalimat berikut perlu ditambahkan ke dalam teks.

Komposisinya didominasi oleh air, garam, serta protein yang berfungsi mencegah infeksi dan mengusir kotoran kecil.

Kalimat tersebut paling tepat ditempatkan sebelum kalimat nomor...**(soal isian)**

6. Kata yang paling tepat menggantikan kata *jernih* dalam kalimat (10) adalah, kecuali

- A. Kilau
- B. Gamblang
- C. Nyata
- D. Cerah
- E. Jelas

7. Kalimat (9) seharusnya

- A. dibiarkan saja (sudah benar)
- B. diganti kata *refleks* dengan *reflek*
- C. diganti kata *berkandungan* dengan *mengandung*
- D. diganti kata *terlindunginya* dengan *melindungi*
- E. ditambahkan kata *yang sebelum berbahaya*

Teks untuk soal no 8-10

(1) Stres kerja yang dialami seseorang dalam jangka panjang dapat berdampak langsung pada kesehatan metabolisme tubuh. (2) Ketika stres, tubuh memproduksi hormon kortisol yang memicu peningkatan kadar gula darah. (3) Jika kondisi ini berlangsung terus-menerus, sensitivitas insulin dapat menurun. (4) Hal yang terjadi selanjutnya adalah glukosa dalam tubuh lebih sulit diproses. (5) Akibatnya, risiko munculnya diabetes tipe 2 menjadi makin tinggi pada individu yang sering mengalami tekanan kerja.

(6) Selain itu, stres kerja juga sering memengaruhi pola hidup sehari-hari yang berhubungan dengan risiko diabetes. (7) Orang yang berada dalam tekanan kerja biasanya kurang memperhatikan pola makan sehat karena cenderung memilih makanan cepat saji. (8) Mereka juga jarang melakukan aktivitas fisik secara teratur akibat waktu mereka terkuras untuk pekerjaan. (9) Kebiasaan tidur yang terganggu akibat beban pikiran turut memperburuk keseimbangan metabolisme tubuh. (10) Faktor-faktor inilah yang meningkatkan risiko diabetes tipe 2, bahkan peningkatan tersebut jauh lebih besar.

8. Kalimat manakah yang paling efektif sebagai hasil penggabungan kalimat (3) dan (4)?
- A. Jika kondisi ini berlangsung terus-menerus, sensitivitas insulin dapat menurun karena glukosa dalam tubuh lebih sulit diproses.
 - B. Jika kondisi ini berlangsung terus-menerus, glukosa dalam tubuh akan lebih sulit diproses meskipun sensitivitas insulin tidak menurun
 - C. Jika kondisi ini berlangsung terus-menerus, sensitivitas insulin dapat menurun sehingga glukosa dalam tubuh lebih sulit diproses.
 - D. Jika kondisi ini berlangsung terus-menerus, glukosa dalam tubuh sulit diproses apabila sensitivitas insulin yang menurun.
 - E. Jika kondisi ini berlangsung terus-menerus, sensitivitas insulin menurun, bahkan glukosa dalam tubuh lebih sulit diproses.
9. Judul yang tepat untuk bacaan tersebut adalah
- A. Stres Kerja: Pemicu Gangguan Metabolisme Tubuh dan Diabetes
 - B. Stres Kerja sebagai Faktor Peningkat Kasus Diabetes Tipe 2
 - C. Pola Hidup Buruk: Pemicu Utama Diabetes pada Pekerja
 - D. Risiko Stres Kerja dan Diabetes Tipe 2
 - E. Hubungan Stres Kerja dengan Peningkatan Risiko Diabetes Tipe 2
10. Berdasarkan bacaan tersebut, dapat disimpulkan bahwa ...
- A. Pekerja yang tidak stres akan terhindar dari diabetes tipe 2.
 - B. Diabetes tipe 2 menyerang para pekerja yang stres.
 - C. Stres kerja berkontribusi pada peningkatan risiko diabetes tipe 2

- melalui mekanisme metabolisme dan pola makan.
- D. Stres kerja meningkatkan risiko diabetes tipe 2 melalui lebih dari satu jalur.
- E. Risiko diabetes tipe 2 terutama dipicu oleh pola hidup yang tidak sehat akibat stres kerja.

Teks untuk soal no 11-15

(1) Dewi Chang'e adalah Dewi Bulan dalam **mitologi** Tiongkok yang kisahnya sudah dikenang sejak zaman kuno. (2) Nama Chang'e sendiri memiliki makna **harfiah** 'wanita muda nan cantik' dalam bahasa Mandarin. (3) Dalam teks kuno lain, terdapat tokoh mirip Chang'e yang bernama Changxi yang digambarkan sebagai ibu dari 12 bulan. (4) Keberagaman versi ini menunjukkan betapa kuatnya imajinasi masyarakat Tiongkok terhadap sosok Dewi Bulan. (5) Dengan demikian, Chang'e menempati posisi penting sebagai figur mitologis yang tidak hanya indah, tetapi juga sarat makna spiritual. (6) Dalam versi paling populer, disebutkan bahwa Chang'e adalah istri pemanah legendaris, Hou Yi, yang lalu menerima ramuan keabadian. (7) Suatu ketika, Chang'e **meneguk** ramuan itu agar ramuan tersebut jatuh ke tangan orang jahat. (8) Akibatnya, Chang'e terbang menuju bulan. (9) Sejak saat itu, ia tinggal di istana kristal di bulan ditemani oleh seekor kelinci giok yang menjadi simbol kesetiaan dan keabadian. (10) Legenda Chang'e ini, pada akhirnya, menjadi inti dari perayaan Festival Pertengahan Musim Gugur [...] masyarakat menikmati bulan penuh dan makan kue bulan sebagai bentuk penghormatan kepada Dewi Chang'e.

(11) Seiring berkembangnya zaman, citra Chang'e yang tadinya **mistik** dan sakral perlahan menyatu dalam karya sastra dan puisi sehingga menjadikannya simbol nostalgia dan kerinduan. (12) Penyair Dinasti Tang, Li Shangyin, bahkan menulis puisi berjudul Chang'e dan menggambarkannya sebagai sosok cantik yang **notaben** kesepian. (13) Kisah tersebut makin menguatkan perannya sebagai lambang melankolia dan keindahan rembulan. (14) Kehadirannya juga menjadi alasan lahirnya tradisi penyembahan bulan pada Festival Pertengahan Musim Gugur, yang masih bertahan hingga saat ini. (15) Lewat posisinya di festival itu, Chang'e bukan hanya sosok mitologis, melainkan juga bagian dari identitas budaya Tiongkok yang melintasi generasi. (16) Bahkan, kisahnya mengilhami penjelajahan antariksa modern ketika Tiongkok menamai program satelit dan wahana luar angkasanya dengan nama Chang'e. (17) Dengan demikian, sosok Dewi Bulan ini menghubungkan cerita mitos, tradisi, dan ilmu pengetahuan dalam satu narasi besar yang tetap hidup hingga sekarang.

11. Tanda baca koma yang digunakan secara SALAH pada paragraf kedua terdapat pada kalimat nomor
- A. (11)
 B. (12)
- C. (14)
 D. (15)
 E. (17)

12. Konjungsi yang tepat untuk mengisi bagian rumpang pada kalimat (10) adalah
- A. Sehingga
 - B. Bila
 - C. Karena
 - D. Ketika
 - E. Seperti
13. Kata bercetak tebal yang TIDAK ditulis secara tepat adalah
- A. Mitologi
 - B. Harfiah
 - C. Meneguk
 - D. Mistis
 - E. Notaben
14. Kata yang perlu dihilangkan tanpa mengubah makna kalimat (17) adalah
- A. Sosok
 - B. Cerita
 - C. Ilmu
 - D. Satu
 - E. Tetap
15. Paragraf pertama teks tersebut seharusnya terdiri atas dua paragraf. Kalimat yang paling tepat untuk memulai paragraf kedua adalah
- A. kalimat (3)
 - B. kalimat (4)
 - C. kalimat (6)
 - D. kalimat (7)
 - E. kalimat (10)

Teks untuk soal no 16-18

(1) *Panji Tengkorak*, komik silat legendaris karya Hans Jaladara, dapat dibaca tidak hanya sebagai hiburan visual, tetapi juga sebagai teks budaya yang memuat kritik sosial dan refleksi kemanusiaan. (2) Hans Jaladara sendiri merupakan komikus legendaris Indonesia yang menciptakan *Panji Tengkorak*, karya silat populer yang memadukan kisah kepahlawanan dengan kritik sosial melalui simbol topeng tengkorak. (3) Tokoh Panji yang bertopeng tengkorak menghadirkan ambiguitas moral antara pahlawan dan pembalas dendam sehingga membuka ruang tafsir sastra mengenai keadilan, kekerasan, dan identitas. (4) Dari perspektif sastra Indonesia, komik ini merepresentasikan bentuk narasi populer yang kaya dengan simbol, salah satunya topeng tengkorak yang melambangkan luka sejarah dan beban balas dendam.

(5) Seno Gumira Ajidarma, dalam essay dan pemikirannya tentang sastra dan budaya populer, sering menekankan bahwa komik, film, dan media visual lainnya juga layak diperlakukan sebagai teks sastra karena sama-sama mengandung konstruksi makna. (6) Dalam kacamata Seno, *Panji Tengkorak* bukan sekadar cerita silat, melainkan juga arsip imajinasi masyarakat tentang heroisme dan ketidakadilan. (7) Di sinilah terlihat relevansi pandangan Seno yang menolak batas kaku antara "sastra tinggi" dan budaya populer. (8) Komik ini, melalui visual dan alurnya, memperlihatkan bagaimana mitos kepahlawanan bisa menjadi sarana kritik terhadap struktur sosial dan kekuasaan. (9) Dengan demikian, *Panji Tengkorak* dapat dipahami

sebagai karya populer yang menyatu dengan wacana sastra Indonesia kontemporer, terutama dalam kerangka pemikiran Seno Gumira Ajidarma tentang narasi dan realitas.

16. Kalimat yang kehadirannya mengganggu keutuhan ide teks tersebut adalah
- A. (1)
 - B. (2)
 - C. (5)
 - D. (6)
 - E. (8)
17. Hal inti yang dibicarakan pada kalimat (9) adalah ...
- A. *Panji Tengkorak* dipahami.
 - B. *Panji Tengkorak* dapat dipahami.
 - C. *Panji Tengkorak* dapat dipahami sebagai karya.
18. Penulisan kata yang TIDAK tepat terdapat pada kalimat
- A. (1)
 - B. (2)
 - C. (5)
 - D. (6)
 - E. (9)

Teks untuk soal no 19-20

(1) *The Little Prince* karya Antoine de Saint-Exupéry yang berisi kisah sederhana yang sarat makna filosofis dan reflektif. (2) Melalui perjumpaan Pangeran Kecil dengan berbagai tokoh di planet-planet yang ia kunjungi, pembaca diajak merenungkan sifat dasar manusia yang sering terjebak dalam keserakahahan, kesombongan, dan kesia-siaan. (3) Kisah ini menekankan pentingnya memelihara imajinasi, ketulusan hati, serta nilai persahabatan yang tulus. (4) Bahasa yang digunakan tampak ringan, tetapi menyimpan simbol mendalam yang dapat ditafsirkan secara berlapis sesuai kedewasaan pembacanya. (5) Hubungan antara Pangeran Kecil dan mawar di planetnya, misalnya, merepresentasikan cinta, tanggung jawab, dan kerentanan. (6) Buku ini tidak hanya ditujukan bagi anak-anak, tetapi juga bagi orang dewasa yang kerap melupakan makna hidup yang sederhana. (7) Dengan demikian, *The Little Prince* hadir sebagai karya klasik universal mengajarkan kebijaksanaan melalui kesederhanaan.

19. Bentuk sempurna dari kalimat (1) adalah ...
- A. *The Little Prince* karya Antoine de Saint-Exupéry berisi kisah sederhana yang sarat makna filosofis dan reflektif.
 - B. *The Little Prince* karya Antoine de Saint-Exupéry berisi kisah sederhana sarat makna filosofis dan reflektif.
 - C. *The Little Prince* karya Antoine de Saint-Exupéry berisi banyak kisah-kisah sederhana yang sarat makna filosofis dan reflektif.

- D. *The Little Prince* karya Antoine de Saint-Exupéry yang berisi kisah sederhana sarat makna filosofis dan reflektif.
- E. *The Little Prince* karya Antoine de Saint-Exupéry berisi kisah sederhana yang sarat makna filosofis dan reflektif.
20. Kalimat yang tidak efektif adalah kalimat
- A. (3)
B. (4)
C. (5)
D. (6)
E. (7)